

**Schweizerische Lebensrettungs-Gesellschaft SLRG**  
**Société Suisse de Sauvetage SSS**  
**Società Svizzera di Salvataggio SSS**  
**Societad Svizra da Salvament SSS**

Mitglied des Schweizerischen Roten Kreuzes SRK  
Membre de la Croix-Rouge Suisse CRS  
Membro della Croce Rossa Svizzera CRS



## **Wettkampfbreglement**

# **Schweizermeisterschaften SLRG (SM SLRG)**

## **Sinn und Geist der Schweizermeisterschaften**

Durch fairen, sportlichen Wettkampfgeist sollen die Techniken und die Leistungsfähigkeit der Schwimmer verbessert sowie der Rettungsgedanke aufrechterhalten werden.

Es geht aber nicht nur um Sieg und Zehntelsekunden, daneben sollte genügend Zeit und Raum für Begegnung, Gedankenaustausch sowie Kameradschaft unter allen Beteiligten vorhanden sein.

### **Ingress**

- Im vorliegenden Dokument beziehen sich sämtliche verwendeten Begriffe sowohl auf die weibliche als auch auf die männliche Sprachform.
- Im Falle von Interpretationsschwierigkeiten ist der deutschsprachige Text massgebend.

**Erstellt durch:**  
Fachbereich Ausbildung SLRG

**Leitung:**  
Chef Wettkämpfe SLRG

**Version 2007 (ersetzt Version 2006)**

# Inhaltsverzeichnis

<b>1</b>	<b>Teilnahmeberechtigung</b> .....	<b>3</b>
<b>2</b>	<b>Wettkämpfe</b> .....	<b>3</b>
2.1	Kategorien .....	3
2.2	Anzahl Wettkämpfer .....	3
2.3	Disziplinen .....	3
2.4	Bahnverteilung .....	3
<b>3</b>	<b>Allgemeine Bestimmungen</b> .....	<b>3</b>
3.1	Arzt .....	3
3.2	Material .....	3
3.3	Wettkampfbekleidung .....	4
3.4	Schwimmbrillen .....	4
3.5	Behinderung .....	4
3.6	Anzahl Bahnen .....	4
3.7	Mannschaftsänderungen während dem Wettkampf .....	4
<b>4</b>	<b>Bewertung/Rangierung</b> .....	<b>4</b>
4.1	Bewertung .....	4
4.2	Ranglisten .....	4
4.3	Preise/Auszeichnungen .....	5
4.4	Disqualifikation .....	5
4.5	Schiedsgericht .....	5
4.6	Beschwerden .....	5
<b>5</b>	<b>Start/Zeitnahme</b> .....	<b>6</b>
5.1	Der Start .....	6
5.2	Startablauf .....	6
5.3	Fehlstart .....	6
5.4	Zeitnahme .....	6
5.5	Beschwerden Zeitnahme .....	6
<b>6</b>	<b>Technische Regeln für die Wettkämpfe</b> .....	<b>7</b>
6.1	Gurtretterstaffel 4 x 50 m .....	7
6.2	Rettungsbrettstaffel .....	8
6.3	Puppenstaffel .....	9
6.4	Hindernisschwimmen .....	10
6.5	Rettungsleinen-Staffel (4 x 100 m) .....	10
6.6	Kombinierte Flossenstaffel (4 x 50 m) .....	11
6.7	Rettungsball-Zielwurf (4 x 2 Bälle) .....	13
6.8	Nothilfe-Wettkampf .....	13
<b>7</b>	<b>Wertungstabelle</b> .....	<b>14</b>
<b>8</b>	<b>Stellvertretung Chef Wettkämpfe SLRG</b> .....	<b>14</b>

# 1 Teilnahmeberechtigung

An den Schweizermeisterschaften der SLRG sind alle startberechtigt, welche mindestens im Besitz eines **gültigen** Brevets I sind.

Vor dem Wettkampf werden die Brevet-Ausweise und das vom Mannschaftsleiter unterschriebene Mannschaftsdatenblatt abgegeben.

# 2 Wettkämpfe

## 2.1 Kategorien

Es wird zwischen den Kategorien Damen und Herren unterschieden. In der Kategorie Herren dürfen Herren und Damen, in der Kategorie Damen nur Damen starten.

## 2.2 Anzahl Wettkämpfer

Eine Mannschaft setzt sich aus **mindestens 4 und maximal 6 Wettkämpfern** zusammen. Jede SLRG-Sektion kann mit **maximal 4 Mannschaften** starten. Wettkämpfer dürfen nur in einer Mannschaft starten.

## 2.3 Disziplinen

Alle Kategorien bestreiten die gleichen Disziplinen.

Wettkampf	
1 Gurtretterstaffel	4 x 50 m
2 Rettungsbrettstaffel	4 x 50 m
3 Puppenstaffel	4 x 25 m
4 Hindernisschwimmen	4 x 50 m
5 Rettungsleinenstaffel	4 x 100 m
6 Kombi-Staffel	x 50 m
7 Rettungsball-Zielwurf	4 x 2 Bälle
8 Nothilfewettkampf	4 Teilnehmer

## 2.4 Bahnverteilung

Die Bahnen werden aufgrund der letzt jährigen Ergebnisse zugeteilt. Die besten Mannschaften starten im letzten Lauf.

# 3 Allgemeine Bestimmungen

## 3.1 Arzt

Während der ganzen Zeitdauer des Wettkampfes muss ein Arzt anwesend sein.

## 3.2 Material

Das während der Veranstaltung genutzte Material wird den Teilnehmern von der SLRG zur Verfügung gestellt. Ausnahme: Flossen (persönliches Material). Das Material darf nicht abgeändert werden. Die Verwendung von zusätzlichem Material sowie Hilfsmitteln ist nicht gestattet.

Das Rettungsmaterial ist gemäss dem angestammten Zweck zu tragen und zu benutzen.

### **3.3 Wettkampfbekleidung**

Kein Wettkämpfer darf etwas an sich tragen oder verwenden, das unlautere Vorteile gegenüber anderen Wettkämpfern beziehungsweise Mannschaften bewirkt.

Alle Wettkämpfer der gleichen Mannschaft tragen die gleiche Bademütze. Diese ist durch die jeweilige Sektion selbst zu organisieren. Die Farbe als auch das Material bestimmt die jeweilige Sektion. Ideal wäre eine Farbwahl/Beschriftung der Bademütze, die auf die Herkunft der jeweiligen Sektion hindeutet. Einheitliche Mannschaftsbadeanzüge sind erwünscht aber nicht obligatorisch.

Die der Mannschaft bei Wettkampfbeginn zugewiesene Startnummer wird am rechten und linken Oberarm oder an der rechten und linken Hüftseite gut erkenntlich mit einem wasserfesten, antiallergischen Filzschreiber aufgetragen.

Bei Allergikern darf an Stelle der Oberarme oder Oberschenkel die Bademütze mit der Startnummer beschriftet werden. Die zugewiesene Startnummer wird spätestens bei der Mannschaftsleitersitzung bekannt gegeben.

### **3.4 Schwimmbrillen**

Bei allen Disziplinen sind grundsätzlich Schwimmbrillen erlaubt. (Ausnahme: Taucher der kombinierten Flossenstaffel (6.6.))

### **3.5 Behinderung**

Wird während einer Disziplin ein Teilnehmer in seiner Bahn behindert, muss er den Wettkampf trotzdem beenden.

### **3.6 Anzahl Bahnen**

Das gesamte Wettkampfbegleiment ist auf ein Schwimmbad mit 8 Bahnen ausgelegt. Sollten die Schweizermeisterschaften in einem Schwimmbecken mit 6 Bahnen durchgeführt werden, kann eine Disziplin weggelassen werden. Die endgültige Entscheidung fällt dabei der Chef Wettkämpfe SLRG.

### **3.7 Mannschaftsänderungen während dem Wettkampf**

Fällt innerhalb einer Mannschaft ein Teilnehmer (z.B. infolge Krankheit, Unfall) aus, so besteht die Möglichkeit diesen durch eine andere Person zu ersetzen. Die endgültige Entscheidung fällt dabei der Chef Wettkämpfe SLRG.

## **4 Bewertung/Rangierung**

### **4.1 Bewertung**

Die Leistungen der Wettkämpfer werden in Zeit- und/oder Punkteangaben gewertet. Diese Angaben werden anhand einer von der SLRG vorgegebenen Wertungstabelle ausgerechnet. Von diesen Punkten werden eventuelle Strafpunkte abgezogen. Es werden keine Minuspunkte gewertet. Die Wertungstabelle ist Bestandteil des Reglements (7.)

### **4.2 Ranglisten**

Es werden folgende Ranglisten erstellt:

- Mannschaftsranglisten für jede Disziplin, nach Kategorien getrennt. Die Rangfolge wird durch die Zeit bestimmt. Rettungsball-Zielwurf und Nothilfe-Wettkampf werden nach der erreichten Punktezahl rangiert.

- Gesamtrangliste nach Kategorien

Die Rangfolge wird durch die erreichten Punktezahlen bestimmt. Bei gleicher Punktezahl entscheidet die tiefere Totalzeit in den Disziplinen 1-6 für den besseren Rang.

#### **4.3 Preise/Auszeichnungen**

- Wanderpreise für alle Kategoriensieger
- Definitive Gewinner: 3x in Reihenfolge, oder 4 x ohne Reihenfolge.
- Der Definitive Gewinner sucht nach Möglichkeit einen neuen Spender.
- Die Ränge 1-3 im Gesamtklassement jeder Kategorie werden mit maximal je 6 Gold-, Silber- und Bronze-Medaillen ausgezeichnet.
- Die Ränge 1-3 werden je Disziplin mit einem Diplom ausgezeichnet.
- Jeder Teilnehmer erhält ein Erinnerungsgeschenk. Die Form dieses Präsent bestimmt der Organisator.

#### **4.4 Disqualifikation**

Punkteabzug/ Disqualifikation (0 Punkte) in einzelnen Disziplinen erhält eine Mannschaft, die nicht rechtzeitig zum Start erscheint, die eine Disziplin nicht entsprechend dem vorliegenden Reglement ausführt. Diese Disziplin wird in der Gesamtrangliste mitgewertet.

Eine Mannschaft wird vom gesamten Wettkampf disqualifiziert, wenn sie

- offensichtlich Ungehorsam oder Fehlverhalten zeigt (zum Beispiel, wenn ein Wettkämpfer in zwei verschiedenen Mannschaften startet),
- bewusst das Material verändert oder
- Hilfen anwendet, die ihr gegenüber anderen Teilnehmern unlautere Vorteile verschafft.

Einzelne Teilnehmer werden nur in Ausnahmesituationen disqualifiziert.

Entscheidung: Chef Wettkämpfe SLRG.

#### **4.5 Schiedsgericht**

Das Schiedsgericht besteht aus dem Chef Wettkämpfe SLRG (Obmann), dem Technischen Sekretär, dem Chef Schiedsrichter, dem Zeitnehmerchef und einem jeweils vor dem Wettkampf bestimmten Kampfrichter. Es entscheidet in allen Fällen als letzte Instanz.

#### **4.6 Beschwerden**

Jede begründete Beschwerde muss spätestens dreissig (30) Minuten nach der Bekanntgabe der Ereignisse schriftlich im Wettkampfsekretariat abgegeben werden. Diese Beschwerde muss von der Einspruch erhebenden Mannschaft verfasst und vom Mannschaftsleiter unterzeichnet sein. Beschwerdeberechtigt sind nur direkt betroffene Mannschaften.

## **5 Start/Zeitnahme**

### **5.1 Der Start**

Für folgende Disziplinen erfolgt der Start mit einem Kopfsprung:  
Wettkampf 1, 4, 5 und 6 (Siehe Disziplinenbeschreibung).

Für folgende Disziplinen erfolgt der Start im Wasser:  
Wettkampf 2 + 3.

Für die Disziplinen 7 + 8 wird der Start speziell angegeben.

### **5.2 Startablauf**

Auf das Signal des Wettkampfleiters (langes Pfeifen) treten die Teilnehmer auf den hinteren Teil des Startblockes und bleiben dort ruhig stehen. Beim Start im Wasser begibt sich der Teilnehmer od. die Mannschaft ins Wasser. Dann gibt der Wettkampfleiter dem Starter das Signal zum Starten. Auf das Kommando des Starters, „Auf die Plätze“, nehmen die Teilnehmer oder die Mannschaften sofort ihre Startposition ein. (Wasserstart: mind. 1 Hand an Beckenstirnwand). Wenn alle Teilnehmer oder Mannschaften bereit sind, gibt der Starter ein akustisches Signal.

### **5.3 Fehlstart**

Bei einem Fehlstart ruft der Starter die Teilnehmer zurück und verwahrt den Verursacher. Bei einem zweiten Fehlstart wird die verursachende Mannschaft (auch wenn bisher nicht verwahrt) mit 50 Strafpunkten bestraft. Jeder weitere Fehlstart wird mit zusätzlich 50 Strafpunkten bestraft. Eine Fehlstartleine befindet sich bei 15 m. Der Fehlstart wird durch ein akustisches Signal (Disziplin 6; unter Wasser) angezeigt.

### **5.4 Zeitnahme**

Die Zeitmessungen erfolgen auf eine 1/10 Sek. genau. Pro Lauf ist mindestens eine zusätzliche Uhr im Einsatz. Eine eventuelle elektronische- oder halbelektronische Zeitmessanlage wird unter offizieller und kompetenter Aufsicht eingesetzt. Die eingerichtete Anlage darf die Schwimmer weder beim Starten noch beim Wenden behindern. Die elektronische Anlage wird vom Starter in Gang gesetzt. Zusätzlich zur elektronischen Zeitnahme ist wenigstens ein (1) Zeitnehmer pro Bahn einzusetzen.

### **5.5 Beschwerden Zeitnahme**

Stimmen bei einem Durchlauf die Klassifizierungen der Kampfrichter nicht mit den Zeiten der Teilnehmer überein, entscheiden die Zielrichter am Start, welche Platzierung die Teilnehmer einnehmen. Beiden Teilnehmern wird dieselbe Zeit gegeben, die durch das Mittel der von beiden erreichten Zeit berechnet wird.

## **6 Technische Regeln für die Wettkämpfe**

### **6.1 Gurtretterstaffel 4 x 50 m**

#### **6.1.1 Beschreibung der Disziplin**

1. 50 m Freistil
2. 50 m Freistil mit Flossen
3. 50 m Freistil mit Gurtretter
4. 50 m Freistil mit Flossen, Gurtretter und Abschleppen des 3. Schwimmers

Der Schwimmer 1 startet mit einem Kopfsprung und schwimmt 50 m Freistil (ohne Flossen).

Schwimmer 2 startet nach dem Anschlagen des Startschwimmers 50 m Freistil mit Flossen.

Schwimmer 3 startet nach dem Anschlagen des Schwimmers 2 und schwimmt 50 m im freien Stil mit dem Gurtretter, den er hinter sich herziehen muss. Den Gurtretter hat er vor dem Start bereits angezogen.

Nach dem Anschlagen an der Beckenstirnwand schlüpft Schwimmer 3 aus der Schlaufe des Gurtretters und übergibt diese an Schwimmer 4, welcher sich mit angezogenen Flossen im Wasser befindet. Er hält sich mit mindestens einer Hand am Beckenrand fest. Schwimmer 3 übernimmt die Rolle des Rettlings und hält sich mit beiden Händen am Auftriebskörper fest. Er wird vom Schwimmer 4 in freiem Stil 50 m zurückgezogen. Dabei darf der Rettling den Schwimmer 4 mit Beinschlag unterstützen, die Hände bleiben am Auftriebskörper. Jegliche andere Hilfe ist untersagt.

Der Wettkampf ist beendet, wenn Schwimmer 4 nach 50 m an der Beckenstirnwand anschlägt und Schwimmer 3 mit beiden Händen Kontakt zum Auftriebskörper (nicht zum Seil oder Schlaufe) hat.

#### **6.1.2 Beschreibung des Materials**

Flossen:

Die Länge der Flossen darf 65 cm, die Breite 30 cm nicht überschreiten. Die Flossen werden nicht mehr am Fuss gemessen. Die Kontrolle wird vorzugsweise mit Schablonen vorgenommen.

Verliert ein Teilnehmer nach dem Start eine oder beide Flossen, berechtigt dies nicht zur Wiederholung der Disziplin.

Gurtretter:

Die Gurtretter sollen möglichst dem Australischen Standard AS2259 entsprechen und werden zur Verfügung gestellt.

#### **6.1.3 Start**

Schwimmer 1 bis 3, Start mit Kopfsprung  
Schwimmer 4 im Wasser

#### **6.1.4 Wechsel**

Jede Ablösung findet erst nach Anschlagen des vorgehenden Schwimmers statt.

#### **6.1.5 Strafpunkte**

- Fehlstart des Startschwimmers (5.3.)
- Vorzeitiger Start (=Start der Teilnehmer 2 und 3, bevor der vorangehende Wettkämpfer angeschlagen hat, oder Übergabe des Gurtretters vor dem Anschlagen des vorgehenden Schwimmers.): **250 Punkte**
- Wettkämpfer 4 greift nach dem Gurtretter, bevor Wettkämpfer 3 angeschlagen hat: **250 Punkte**

- Opfer und/oder Wettkämpfer 4 starten nicht von der Beckenstirnwand: **250 Punkte**
- Das Opfer hält sich nicht am Hauptauftriebskörper fest: **150 Punkte**
- Das Opfer hilft beim Abschleppen mit, erlaubt ist nur Crawl-Beinschlag, oder hält sich nicht mit beiden Händen fest: **150 Punkte**

#### **6.1.6 Disqualifikation**

- Das Opfer verliert den Kontakt zum Gurtretter nachdem die 5 m Marke durch Schwimmer 4 überschwommen wurde. (bis hierher muss Schwimmer 4 den Gurtretter korrekt angezogen haben)
- Schwimmer 4 die 5 m Marke überschwimmt ohne, dass er den Gurtretter korrekt angezogen hat.
- Ein Schwimmer mehr als eine der vier Teilstrecken schwimmt (mit Ausnahme des Schwimmers drei, welcher nach den 50 m Freistil mit Gurtretter noch 50 m als Opfer fungiert).

## **6.2 Rettungsbrettstaffel**

### **6.2.1 Beschreibung der Disziplin**

Eine Mannschaft besteht aus 4 Wettkämpfern. Jede Mannschaft verfügt über 3 Rettungsbretter. Es stehen pro Mannschaft 2 Bahnen zur Verfügung.

Der erste Schwimmer steht neben dem Brett im Wasser. Der Heckteil des Brettes sowie eine Hand des ersten Schwimmers berührt die Startwand. Nach dem Start-Signal wirft sich der erste Schwimmer auf das Brett und paddelt damit 50 m.

Nach dem Anschlagen mit dem Brett startet der zweite Schwimmer gleich wie der erste. Beim Anschlag mit dem Brett muss jedoch mit mindestens einer Hand des Schwimmers Kontakt zum Brett gehalten werden.

Jeder Teilnehmer startet und paddelt gleich wie der erste Schwimmer. Beim Start und bei den Ablösungen dürfen die Mannschaftsmitglieder nach dem Anschlag behilflich sein.

Die Disziplin ist beendet, wenn der letzte Schwimmer mit dem Brett angeschlagen hat.

### **6.2.2 Beschreibung des Materials**

Rettungsbrett:

Offizielles Rettungsbrett der SLRG (wird zur Verfügung gestellt).

### **6.2.3 Start**

Start im Wasser, gemäss Disziplinenbeschrieb.

### **6.2.4 Wenden**

Gemäss Disziplinenbeschrieb.

### **6.2.5 Strafpunkte**

- Fehlstart des Startschwimmers (5.3.)
- Nicht Anschlagen mit dem Brett: **250 Punkte**
- Hilfe der Mannschaft bei der Ablösung vor dem Anschlagen: **250 Punkte**
- Frühstarts bei den Ablösungen: **150 Punkte**

### **6.2.6 Disqualifikation**

- Ein Schwimmer schwimmt mehr als eine der vier Teilstrecken.

## 6.3 Puppenstaffel

### 6.3.1 Beschreibung der Disziplin

Der erste Teilnehmer befindet sich mit der Puppe im Wasser. Die Puppe, sowie mindestens eine Hand, berühren die Startwand, wobei sich das Gesicht der Puppe über der Wasseroberfläche befinden muss. Nach dem Startsignal schleppt er die Puppe bis zur Mitte des Beckens (25 m) ab und übergibt sie hier dem zweiten Teilnehmer, der sie nach dem Anschlagen auf der gegenüberliegenden Seite dem dritten Teilnehmer übergibt. Dieser schleppt die Puppe 25 m ab und übergibt sie dem vierten Teilnehmer. Die Disziplin ist beendet, wenn ein Körperteil des letzten Schwimmers die Beckenstirnwand berührt hat.

Abschleppmodalitäten:

- Die Puppe muss geschleppt, nicht geschoben werden. (Sobald sich der Kopf der Puppe vor dem Kopf des Wettkämpfers befindet gilt dies als geschoben).
- Der Wettkämpfer muss deutlich zu erkennen geben, dass er beim Abschleppen der Puppe sich darum bemüht, dass sich deren Nase und/oder Mund über der Wasseroberfläche befindet.

### 6.3.2 Beschreibung des Materials

Die vorschriftsmässige Puppe muss luftdicht sein. Das Gewicht der untergetauchten Puppe beträgt 1,5 kg.

Der Hinterkopf der Puppe muss in einer Kontrastfarbe zur übrigen Farbe der Puppe und zur Wasserfarbe angestrichen sein.

### 6.3.3 Start

Der Start erfolgt im Wasser. Schwimmer 2 und 4 befinden sich in der Übergabezone in der Mitte des Bassins.

### 6.3.4 Wechsel

Der Teilnehmer, der die Puppe abschleppt, darf diese nicht loslassen, bevor der nächste Teilnehmer sie übernommen hat. Während der Übergabe des zweiten Teilnehmers muss der dritte Teilnehmer noch Kontakt mit Beckenwand haben, bis er die Puppe übernommen hat. Er darf die Puppe erst übernehmen, wenn der zweite Teilnehmer mit der Hand angeschlagen hat.

Die Übergabe der Puppe vom ersten zum zweiten Teilnehmer erfolgt zwischen 23 m und 27 m, vom dritten zum vierten zwischen 73 m und 77 m. Die Schwimmer 1 + 3 müssen die Wechselzone nach der Übergabe sofort in die Richtung der Startseite verlassen.

Die Übergabezone wird mit zwei Flaggen über der Wasseroberfläche gekennzeichnet.

### 6.3.5 Strafpunkte

- Fehlstart des Startschwimmers (5.3.)
- Unkorrekte Übergabe: **250 Punkte**
- Vorzeitiger Start (Übergabe der Puppe vor dem Anschlagen, oder vorzeitiger Start des folgenden Teilnehmers): **250 Punkte**
- Übergabe ausserhalb der Übergabezone: **250 Punkte**
- Der Wettkämpfer ist nicht bemüht den Mund und die Nase über der Wasseroberfläche zu halten (mehr als 50% der Strecke unter Wasser): **150 Punkte**
- Loslassen der Puppe während des Abschleppens: **150 Punkte**

### 6.3.6 Disqualifikation

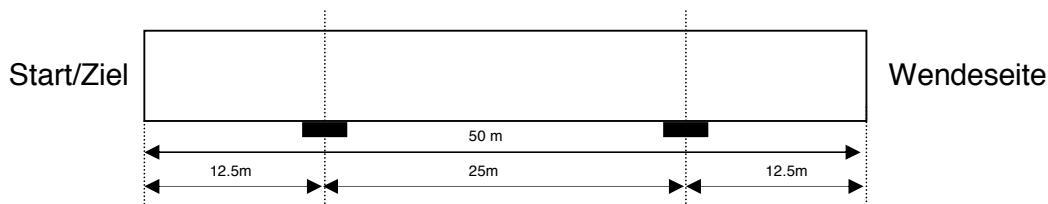
- Ein Schwimmer schwimmt mehr als eine der vier Teilstrecken.

## 6.4 Hindernisschwimmen

### 6.4.1 Beschreibung der Disziplin

Mit einem Startsprung schwimmt der erste Wettkämpfer 50 m Freistil und untertaucht dabei zwei Hindernisse. Nach Anschlagen des vorangehenden Schwimmers startet der 2., 3. und 4. Schwimmer im gleichen Rahmen wie der 1. Schwimmer.

Die Wettkämpfer müssen nach dem Startsprung auftauchen, bevor das erste Hindernis untertaucht wird. Nach jedem Untertauchen eines Hindernisses muss wiederum aufgetaucht werden. Auftauchen heisst die Wasseroberfläche mit dem Kopf durchbrechen.



### 6.4.2 Beschreibung des Materials

Die Hindernisse sind 12,5 m von den Beckenstirnseiten entfernt. Der Abstand zwischen den beiden Hindernissen beträgt 25 m. Die Hindernisse dürfen keine Verletzungen verursachen und können maximal 70 cm tief ins Wasser hineinragen.

### 6.4.3 Start

Start mit Kopfsprung

### 6.4.4 Wechsel

Jede Ablösung findet erst nach dem Anschlagen des vorhergehenden Schwimmers statt.

### 6.4.5 Strafpunkte/

- Fehlstart des Startschwimmers (5.3.)
- Vorzeitiger Start (=Start der Teilnehmer 2, 3 und 4, bevor der vorangehende Wettkämpfer angeschlagen hat.): **250 Punkte**
- Überschwimmen der Hindernisse: **250 Punkte**
- Nicht Auftauchen nach dem Startsprung oder zwischen den beiden Hindernissen: **150 Punkte**

### 6.4.6 Disqualifikation

- Ein Schwimmer schwimmt mehr als eine der vier Teilstrecken.

## 6.5 Rettungsleinen-Staffel (4 x 100 m)

### 6.5.1 Beschreibung der Disziplin

Die Wettkämpfer stehen am Start mit einer Rettungsleine mit Gurt bereit. Ein Teilnehmer befindet sich als Rettling auf der gegenüberliegenden Seite. Auf das Startkommando schwimmt der erste Teilnehmer mit der Leine 50 m im freien Stil. Nach dem Anschlagen fasst er den dort bereitstehenden Rettling unter den Schultern.

Jetzt ziehen zwei Wettkämpfer der Mannschaft ohne Hilfsmittel mit der Leine Retter und Rettling an den Startort zurück. Nach dem Anschlagen des Retters schwimmt der nächste Teilnehmer mit der Leine gleich wie der vorhergehende, wobei sich ein weiterer Teilnehmer als Rettling auf die Gegenseite begibt.

Beim Start und bei den Ablösungen dürfen die Mannschaftskameraden nach dem Anschlagen, respektive dem Startsignal behilflich sein. Der Rettling verhält sich in jedem Fall inaktiv.

Im Verlauf der Staffel muss jeder Teilnehmer einmal als Retter (Schwimmer) und einmal als Rettling eingesetzt werden.

Die Disziplin wird durch Anschlagen des letzten Retters nach dem Zurückziehen beendet.

#### **6.5.2 Beschreibung des Materials**

Rettungsleine DN mm 10, schwimmend, auf Haspel (mind. 55 m). Gürtel System SLRG.

#### **6.5.3 Start**

Mehrere kurze Pfliffe des Schiedsrichters:

- Startschwimmer meldet sich beim Startsockel bereit.
- Rest der Mannschaft bleibt hinten.

Langer Pfiff des Starters:

- Schwimmer und Helfer stellen sich im Bereich Startsockel bereit.

Kommando durch Starter „Auf die Plätze“

- Ganze Mannschaft nimmt Startposition ein.

Signal durch Starter

- Start.

Das Berühren des Startsockels und der Leine (inkl. Gurt) darf erst nach dem Startsignal erfolgen.

#### **6.5.4 Wechsel**

Jede Ablösung findet erst nach dem Anschlagen des vorhergehenden Schwimmers statt.

#### **6.5.5 Strafpunkte**

- Fehlstart des Startschwimmers (5.3.)
- Vorzeitiger Start (=Start der Teilnehmer 2, 3 und 4, bevor der vorangehende Wettkämpfer angeschlagen hat.): **250 Punkte**
- Rettling hilft aktiv mit: **150 Punkte**

#### **6.5.6 Disqualifikation**

- Wenn nicht jeder Teilnehmer einmal als Retter (Schwimmer) und einmal als Rettling eingesetzt wird.

### **6.6 Kombinierte Flossenstaffel (4 x 50 m)**

#### **6.6.1 Beschreibung der Disziplin**

50 m Freistil mit Flossen

50 m 50 m Freistil mit Flossen, wovon mindestens die ersten 30 m unter der Wasseroberfläche getaucht werden, und herauf holen einer Puppe

50 m Schleppen einer Puppe

50 m Schleppen einer Puppe mit Flossen

Der Schwimmer 1 startet mit einem Kopfsprung und schwimmt 50 m im freien Stil mit Flossen.

Schwimmer 2 startet mittels Kopfsprung nach dem Anschlagen des Startschwimmers und taucht mindestens 30 m mit Flossen. Sofern der Schwimmer die 50 m nicht durchtaucht, ist am Ende der Bahn nochmals vollständig abzutauchen. Vor dem Auftauchen ist die komplett mit Wasser gefüllte Puppe zu bergen. Diese liegt am Bahnde auf dem Grund und berührt mit dem Körperende die Beckenstirnwand. Beim Bergen der Puppe muss diese die Wasseroberfläche vor dem Schwimmer durchbrechen.

Schwimmer 3 startet nach der Übernahme der Rettungspuppe von Schwimmer 2. Dabei muss Schwimmer 2 nicht Anschlagen. Schwimmer 3 startet im Wasser. Bei der Übernahme

der Puppe durch Schwimmer 3 muss dieser jedoch noch mit mindestens 1 Hand Kontakt zur Beckenstirnwand haben. Schwimmer 3 schleppt die Puppe 50 m (ohne Flossen) ab.

Schwimmer 4 übernimmt nach dem Anschlagen des Schwimmers 3 die Rettungspuppe und transportiert diese mit Flossen 50 m ab. Die Disziplin ist beendet, wenn ein Körperteil des 4. Schwimmers an der Beckenstirnwand anschlägt.

Abschleppmodalitäten Schwimmer 3 und 4:

- Die Puppe muss geschleppt, nicht geschoben werden. (Sobald sich der Kopf der Puppe vor dem Kopf des Wettkämpfers befindet gilt dies als geschoben).
- Der Wettkämpfer muss deutlich zu erkennen geben, dass er beim Abschleppen der Puppe sich darum bemüht, dass sich deren Nase und/oder Mund über der Wasseroberfläche befindet.

### 6.6.2 Beschreibung des Materials

Flossen:

Die Länge der Flossen darf 65 cm, die Breite 30 cm nicht überschreiten. Die Flossen werden nicht mehr am Fuss gemessen. Die Kontrolle wird vorzugsweise mit Schablonen vorgenommen. Verliert ein Teilnehmer nach dem Start eine oder beide Flossen, berechtigt dies nicht zur Wiederholung der Disziplin.

Puppe:

Die vorschriftsmässige Puppe muss luftdicht sein. Das Gewicht der untergetauchten Puppe beträgt 1,5 kg. Der Hinterkopf der Puppe muss in einer Kontrastfarbe zur übrigen Farbe der Puppe und zur Wasserfarbe angestrichen sein.

### 6.6.3 Start

Schwimmer 1 und 2 mit Kopfsprung.  
Schwimmer 3 und 4 Start im Wasser.

### 6.6.4 Wechsel

Jede Ablösung findet erst nach dem Anschlagen des vorhergehenden Schwimmers statt. Ausnahme Schwimmer 3 (siehe 6.6.1.)

### 6.6.5 Strafpunkte

- Fehlstart des Startschwimmers (5.3.)
- Vorzeitiger Start (=Start der Teilnehmer 2 und 4, bevor der vorangehende Wettkämpfer angeschlagen hat; oder Schwimmer 3 hat bei der Übernahme der Puppe nicht mindestens 1 Hand an der Beckenstirnwand): **250 Punkte**
- Auftauchen des Schwimmers 2 innerhalb der ersten 30 m : **150 Punkte**
- Schwimmer 2 durchbricht beim Bergen die Wasseroberfläche vor der Puppe: **150 Punkte**
- Loslassen der Puppe während des Abschleppens durch Schwimmer 3 oder 4: **150 Punkte**
- Der Wettkämpfer ist nicht bemüht den Mund und die Nase der Puppe über der Wasseroberfläche zu halten (mehr als 50% der Strecke unter Wasser): **150 Punkte**

### 6.6.6 Disqualifikation

- Schwimmer 2 holt die Puppe nicht an die Oberfläche

### 6.6.7 Sicherheit

Die Kampfrichter übernehmen innerhalb ihres zugewiesenen Aufsichtsbereichs die genaue Beobachtung der einzelnen Taucher.

## **6.7 Rettungsball-Zielwurf (4 x 2 Bälle)**

### **6.7.1 Beschreibung der Disziplin**

Es wird ab einem Podium von ca. 100 x 80 x 50 cm (L x B x H). in ein für Damen 13 m, Herren 18 m entferntes Ziel geworfen. Die Zielscheibe ist in Kreise von 2 m, 4 m und 6 m Durchmesser unterteilt. Der Mannschaft stehen für die Würfe 2 x 2 Minuten zur Verfügung. Während des Unterbruchs können die bereits geworfenen Bälle aus den Zielfeldern entfernt werden. Bewertet wird nach dem Stillstand des Balles. Werden bereits geworfene und gewertete Bälle nachträglich verschoben, werden sie nicht neu gewertet.

### **6.7.2 Beschreibung des Materials**

Rettungsbälle:

Offizielle Rettungsbälle (Würfel) der SLRG (Schaumstoff-Schwimmkörper mit Nylon-Netz); werden zur Verfügung gestellt.

Podium:

Holzpodium aus dem Materialdepot der SLRG.

### **6.7.3 Start**

Start, Unterbruch, Zweitstart und Ende durch Kommando des entsprechenden Funktionärs

## **6.8 Nothilfe-Wettkampf**

### **6.8.1 Beschreibung der Disziplin**

Es wird die korrekte Patientenbeurteilung anhand des ABCD-Schemas und die korrekte Herzmassage (CPR) am Phantom gewertet.

Der Wettkampf setzt sich aus zwei unabhängigen Teilen zusammen:

Teil 1: Patienten-Beurteilung mit ABCD-Schema nach SLRG-Norm

Teil 2: Herzmassage (CPR) am Phantom während 6 Minuten

Die Phantome können vor dem 1. Teil während 3 Minuten unter Mithilfe eines zweiten Wettkämpfers eingerichtet und getestet werden.

1. Teil (ABCD-Schema) mit Auswertung.

Es wird dabei keine Zeit gestoppt. Der Wettkämpfer teilt dem Funktionär mündlich mit, wenn er die Patientenbeurteilung abgeschlossen hat.

2. Teil. Gestartet wird in Absprache mit dem zuständigen Funktionär.

Die Zeit für die Herzmassage startet automatisch mit der ersten Kompression und endet nach 6 Minuten. Der Funktionär informiert den Wettkämpfer wenn die 6 Minuten abgelaufen sind.

### **6.8.2 Beschreibung des Materials**

Der Wettkampf erfolgt auf Übungsphantomen der Marke Ambu (AmbuMan C).

Die Auswertung erfolgt per Computer.

### **6.8.3 Mündliche oder schriftliche Resultatsangaben an den Wettkämpfer**

Der Funktionär hat die Möglichkeit auf Wunsch des Wettkämpfers folgende Resultatsangaben (mündlich oder schriftlich auf Laufzettel) an Ort und Stelle abzugeben:

- Gesamtpunktzahl.
- Erreichte Punkte aus dem 1. Teil (inkl. Begründung bei Abzug in der Patienten-Beurteilung)
- Beatmungsfehler (Anzahl Beatmungsstösse <0.5 und >1.0)
- Kompressionsfehler (Anzahl Kompressionen <40mm und >50mm und Anzahl Entlastungsfehler)

- Anzahl Zyklen
- Kompressionsgeschwindigkeit (90-110 pro Minute)

Weitere Angaben zum Wettkampf (Streifen, Grafik usw.) werden nicht gemacht.

#### **6.8.4 Verschiedene Bestimmungen**

- Personen (Mannschaftsleiter, Besucher usw.) welche nicht direkt am CPR-Wettkampf beteiligt sind, sich aber trotzdem im NH-Bereich aufhalten, haben die Anweisungen der Funktionäre zu befolgen.
- Die Verwendung von Uhren zur Selbstkontrolle ist während den 6 Minuten CPR nicht gestattet.
- Die Wettkämpfer müssen sich als Mannschaft bei der Eingangskontrolle einschreiben.
- Für den Wettkämpfer besteht keine Möglichkeit das Phantom zu wechseln wenn er das Gefühl hat, das Phantom liege ihm nicht (Ausnahme defektes Phantom – Prüfung durch den Funktionär).

## **7 Wertungstabelle**

Die aktuelle, als Schweizerrekord registrierte Zeit gilt als Referenz für 1000 Punkte in der betreffenden Disziplin. Als Schweizerrekord gilt die an Schweizermeisterschaften oder an internationalen Wettkämpfen offiziell gestoppte Bestzeit.

Wird an der SM ein neuer Landesrekord geschwommen, so zählt dieser für das folgende Jahr als Referenzmarke für 1000 Punkte.

Die aktuell gültige Wertungstabelle befindet sich im Anhang 1

## **8 Stellvertretung Chef Wettkämpfe SLRG**

Der Chef Wettkämpfe hat die Befugnis, sämtliche Rechte und Pflichten zu delegieren.

Dieses Reglement wurde an der Sitzung des Fachbereichs Ausbildung vom 10.12.2005 verabschiedet und anschliessend per Mailbeschluss vom Zentralvorstandsausschuss SLRG genehmigt.

Es tritt auf den 01.01.2006 in Kraft und ersetzt alle bisherigen Disziplinenreglemente für die Schweizermeisterschaften SLRG.

Leiterin Fachbereich Ausbildung

Chef Wettkämpfe SLRG

Christine Zaugg-Egli

Andreas Racheter

Schweizerische Lebensrettungs-Gesellschaft SLRG  
 Société Suisse de Sauvetage SSS  
 Società Svizzera di Salvataggio SSS  
 Societad Svizra da Salvament SSS



## Wertungstabelle

Disziplinen		Richtzeiten f�r 1'000 Punkte		30.09.2005
		Kat. Damen		Kat. Herren
6.1.	<u>Gurtretterstaffel</u>	2:06.1	WM 04	1:45.9 WM 04
6.2.	<u>Rettungsbrettstaffel</u>	1:28.9	SM 04 Reiden	1:14.9 SM 04 Bern
6.3.	<u>Puppenstaffel</u>	1:56.8	JEM 03	1:24.7 WM 04
6.4.	<u>Hindernisschwimmen</u>	2:18.0	Bodenseepokal 01	1:54.6 WM 04
6.5.	<u>Rettungsleinenstaffel</u>	5:08.8	SM 04 Chur	4:27.8 SM 05 Bern
6.6.	<u>Kombinierte Flossenstaffel</u>	2:40.6	Deutschlandpokal 00	2:06.3 DP 03
6.7.	<u>Rettungsball-Zielwurf</u>	Innenkreis Mittelreis Aussenkreis		30 Punkte 20 Punkte 10 Punkte
6.8.	<u>Nothilfewettkampf</u>	Maximal 200 Punkte je Wettkämpfer		
	1. Teil:	Die Patientenbeurteilung muss deutlich in einer Landessprache (deutsch, französisch oder italienisch) kommentiert werden.		
		<ul style="list-style-type: none"> <li>- 10 Punkte für die Kontrolle des Bewusstseins (Ansprechen, Kneifen, Kopf �berstrecken)</li> <li>- 10 Punkte für die Alarmierung</li> <li>- 10 Punkte für die Atemkontrolle (Hören, Sehen, Fühlen)</li> <li>- 10 Punkte für 2 Atemst�sse (diese Atemst�sse werden nicht mit der Beatmung der folgenden 6 Minuten CPR gewertet).</li> <li>- 10 Punkte für die Kontrolle nach Lebenszeichen (Atmen, Bewegen, Husten, R�cheln usw.)</li> </ul>		
	2. Teil:	Ideal: 15 Zyklen = 30 Beatmungsst�sse + 450 Kompressionen		
	Für 150 Punkte:			
	- Zyklen			13-17
	- Beatmungsst�sse	0.5-1.0l		27-33
	- Kompressionen	40-50mm		405-495
	- Frequenz	Kompr./min		90-110
	Abzüge von 150 Punkten	Abweichung		Minuspunkte
	- Zyklen	<13		4
		>17		2
	- Beatmungsst�sse	<0.5, >1.0l		2
	Anzahl	<27		2
	Anzahl	>33		1
	- Kompressionen und fehlende Entlastung	<40, >50mm		0.5
	- Frequenz Kompr./min	<90, >110		1

SLRG Technische Kommission